

Testy odbyły się w dniu 07.06.2017 w hali lekkoatletycznej Zespołu Szkół Ogólnokształcących Mistrzostwa Sportowego w Raciborzu.

Nad prawidłowym przeprowadzeniem testów czuwała komisja w składzie:

Przewodniczący: Piotr Żurawik

Sekretarz: Mateusz Wanke

Członek komisji: Paweł Kędzior

Do Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej przystąpił 1 kandydat do III klasy Gimnazjum Mistrzostwa Sportowego oraz 10 kandydatów i kandydatek do Liceum Mistrzostwa Sportowego.

Przed rozpoczęciem testów przewodniczący komisji poinformował kandydatów i kandydatki o szczegółach Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej w którego skład wchodzi osiem prób:

1. Skok w dal z miejsca,
2. Skłony w przód z leżenia tyłem
3. Wytrzymanie w zwisie na drążku (kobiety), uginanie rąk w zwisie (mężczyźni),
4. Bieg 4x10m,
5. Skłon tułowia w przód,
6. Bieg na 50m,
7. Pomiar dynamometryczny siły dłoni,
8. Bieg na 800 m. (kobiety) i na 1000 m. (mężczyźni).

Testy przebiegły w sprawny sposób i przyniosły pozytywne rezultaty. Poniżej przedstawiam zestawienie wyników każdego kandydata po przeliczeniu na punkty Międzynarodowego Testu Sprawności Fizycznej.

LP	Nazwisko i Imię	bieg na 1000m	Punkty	bieg na 50m	Punkty	skok w dal z miejsca	Punkty	siady z leżenia	Punkty	bieg 4x10	Punkty	siła dłoni	Punkty	uginanie rąk w zwisie	Punkty	skłon tułowia	Punkty	Razem
1	Krzysztof Prasek	3:45	54	7,22	56	252	66	34	68	10,1	62	40	47	40	98	2	43	494
2	Kamil Kremer	4:07	47	7,75	49	243	62	28	55	10,1	62	30	35	20	92	5	47	449
3	Tomasz Wawrzyńczyk	4:02	48	7,85	47	244	63	35	70	10,22	61	60	69	21	95	17	63	516
4	Kamil Czarniecki	3:40	55	7,12	58	235	59	36	73	9,51	68	37	43	44	98	10	54	508
5	Zakrzewski Kamil	4:02	48	7,78	49	230	57	31	62	10,2	61	50	58	25	98	5	47	480
6	Steffan Krzysztof	3:50	52	7,25	56	248	64	36	73	9,93	64	42	49	35	98	8	51	507
7	Kuźnia Miłosz	3:31	58	7,95	46	225	55	35	70	10,32	60	33	39	27	98	4	46	472
1	Mkrtchyan Arsen	3:55	49	7,38	53	245	60	37	73	9,78	64	47	51	30	98	12	55	503

1	<b>Stolarczyk Piotr</b>	<b>3:30</b>	60	<b>7,84</b>	49	<b>218</b>	55	<b>39</b>	81	<b>10,09</b>	63	<b>15</b>	22	<b>16</b>	78	<b>13</b>	60	<b>468</b>
1	<b>Martyka Sylwia</b>	<b>3:10</b>	64	<b>10,54</b>	29	<b>218</b>	73	<b>32</b>	71	<b>11,34</b>	61	<b>28</b>	53	<b>80</b>	80	<b>15</b>	58	<b>489</b>
2	<b>Łukasiak Julia</b>	<b>3:22</b>	61	<b>11,03</b>	26	<b>195</b>	63	<b>28</b>	63	<b>12,45</b>	52	<b>21</b>	39	<b>55</b>	77	<b>19</b>	64	<b>445</b>

Protokół sporządził Mateusz Wanke



